

NET2LEARN

Nr. 12



AlexanderTechnik als Retraining-Methode bei fokaler Dystonie

mit Jenny Sixt

Dienstag, 18.06.2024

18:30 Uhr

Dauer: 60 min

Durchgeführt auf Zoom

Beschreibung

Dieses Online-Seminar informiert über das Erkrankungsbild Dystonie innerhalb der neurologischen Bewegungsstörungen und zeigt, wie die Alexander Technik (AT) den Erkrankten helfen kann. Besonderes Augenmerk liegt auf der Übertragbarkeit von Retraining-Konzepten für Musiker auf andere Dystonieformen wie Blepharospasmus oder zervikale Dystonie. Musiker erkranken rund 20 Mal häufiger an Dystonie, einer Störung, die durch maladaptive Neuroplastizität nach intensiven Überprozessen entsteht und als Netzwerkerkrankung des Gehirns gilt. Die Erkrankung äußert sich durch unkontrollierbare Muskelkontraktionen, die oft das Karriereende bedeuten können. Die Alexander Technik bietet hier eine Möglichkeit, Bewegungsgewohnheiten tiefgreifend zu verändern, sodass die erlernte Erkrankung im besten Fall wieder verlernt werden kann. Nach der Präsentation gibt es eine Möglichkeit für interaktiven Austausch und Fallbesprechungen.



Über Jenny Sixt

Jenny Sixt ist Kulturmanagerin, Alexander Technik Lehrerin (ATVD e.V.) und Musikphysiologin mit Schwerpunkt Dystonie. Ihre Ausbildung zur Alexander Technik Lehrerin absolvierte sie in München, wo sie intensiv mit den spielbedingten Problemen von Musikern in Kontakt kam. Nach ihrer Zertifizierung in Musikphysiologie spezialisierte sie sich auf fokale Dystonie. Heute arbeitet sie mit verschiedenen Kliniken und Betroffenenverbänden zusammen, um die AlexanderTechnik als Retraining-Methode bei Dystonie zu etablieren.

www.jennysixt.com



Anmeldung und Kontakt

Diese Weiterbildung ist gratis und richtet sich an alle AlexanderTechnik-Interessierte. Wenn du einen Nachweis für deine Teilnahme benötigst, kreuze dies bitte im Formular (10 CHF / EUR)

Anmeldung über folgenden Link:

<https://form.jotform.com/241434526010342>

